

FONDAZIONE CINI A settembre Conferenza sul futuro della scienza su cause ed effetti dell'invecchiamento

# Venezia svela i segreti della longevità

**Sergio Frigo**

L'elisir di lunga vita, per gli uomini, si chiama matrimonio; e anche un po' di stress non fa male, anzi! Mentre - al contrario di quanto si pensa - essere allegri e estroverosi in gioventù porterà quasi sicuramente a vivere meno dei coetanei meno socievoli e più prudenti. Questi sono solo alcuni de "I segreti della longevità", che è il titolo della prossima edizione della Conferenza internazionale sul futuro della scienza, in programma all'isola di San Giorgio, a Venezia, dal 9 al 21 settembre, organizzata congiuntamente dalle Fondazioni Cini, Veronesi e Tronchetti Provera.

L'allungamento della vita è, come noto, una delle conquiste maggiori della nostra era, ma anche quella che comporta i cambiamenti più radicali - dal punto di vista sociale, culturale, medico, economico - dei quali forse cominciamo appena a renderci conto, in relazione soprattutto alle difficoltà del welfare. Basti dire che solo negli ultimi quarant'anni il mondo occidentale ha guadagnato oltre dieci anni di vita media, e l'incremento prosegue al ritmo di tre mesi ogni anno.

Per analizzare nelle sue varie sfaccettature questi mutamenti gli organizzatori han-

no invitato a Venezia una ventina di studiosi di tutto il mondo, a partire da quel Howard S. Friedman, psicologo della University of California Riverside, che ha guidato per una ventina d'anni il "Progetto longevità" di cui abbiamo citato all'inizio alcuni risultati. Friedman, con l'aiuto di un centinaio di giovani studiosi del suo ateneo, ha preso in esame i risultati di uno studio avviato nel 1921 dallo psicologo Lewis M. Terman, su 1500 bambini di dieci anni, dei quali sono stati monitorati per decenni storia familiare, rapporti sociali, hobby, successo lavorativo, grado di istruzione etc., incontrando i superstiti e analizzando i certificati di morte dei deceduti: ebbene, è emerso dallo studio che a vivere più a lungo sono gli uomini sposati rispetto ai divorziati o ai single (mentre la differenza è insignificante fra le donne), e anche coloro che si sono impegnati più a fondo nel lavoro (assorbendo il relativo stress) rispetto ai colleghi più lavativi; anche l'estroversione e l'esuberanza infantile si è rivelata alla lunga un handicap, forse perché i coetanei più prudenti sono anche quelli che hanno assunto stili di vita più morigerati: avete presente la battuta di Woody Allen "ho smesso di fumare, vivrò una settimana di più, e in quei giorni poverà a dirotto"?

«Diciamo in generale che lo stile di vita interagisce con le caratteristiche genetiche della persona - chiosa la genetista Chiara Tonelli, segretaria della Conferenza - e tutte le ultime ricerche sono orientate a individuare i meccanismi dell'invecchiamento attivo, che consenta di vivere bene anche oltre gli 80, 90 anni».

Senza considerare che secondo studi recenti l'uomo è programmato per raggiungere anche i 120 anni: «Anche senza scoperte mirabolanti della medicina - spiega infatti il demografo padovano Giam-piero Dalla Zuanna, anche componente della commissione Ambiente e Territorio del Senato per Scelta Civica - basterà intervenire tempestivamente sugli stili di vita, sul fumo, il consumo di alcool, il movimento, per ottenere miglioramenti notevoli». L'ideale, poi, sarebbe essere ricchi, visto che secondo gli studiosi fra le diverse classi di età (con relative differenze negli standard di vita, cure, alimentazione eccetera) la speranza di vita è mediamente di 3-4 anni in favore dei ceti benestanti e istruiti.

Ma una società che invecchia, chiediamo, non rischia anche di essere ingessata e poco creativa?

«Tutto dipende da come invecchiano le persone - replica Dalla Zuanna - Se la società si riorganizza la vecchiaia può diventare una risorsa».

© riproduzione riservata

## LO STUDIO

Matrimonio e stress aiutano a vivere di più

## DURATA DELLA VITA

Negli ultimi 4 decenni guadagnati 10 anni



**ANZIANI** La terza età (foto di repertorio) può diventare una risorsa per la società. Sopra il Nobel per la Medicina Elizabeth Blackburn

## IL PROGRAMMA

### Una ventina di studiosi, col Nobel Elizabeth Blackburn

Dopo l'introduzione di Friedman, la prima giornata della Conferenza, il 19 settembre a San Giorgio, ospiterà le comunicazioni di Giuseppe Pelicci sugli aspetti genetici della longevità.

Il secondo giorno Thomas Kirkwood, dell'Università di Newcastle, e Hillard S. Kaplan, dell'Università del New Mexico, esamineranno le correlazioni fra evoluzione (e in particolare crescita dell'intelligenza) e longevità, mentre il nutrizionista Luigi Fontana (Washington University) illustrerà gli effetti della restrizione calorica nel prolungamento della vita.

Seguirà una sessione sul cancro e l'invecchiamento, col premio Nobel per la medicina Elizabeth Blackburn, e una sezione sulla funzionalità cerebra-

le nella terza età, e quindi le relative capacità lavorative, affidata a Michela Matteoli e Gabriella Pravettoni, dell'Università di Milano, con Seth Grant, Università di Edimburgo, J. David Sweatt, Università dell'Alabama, Lars Bäckman, del Karolinska Institute di Stoccolma, e Mark Cropley, dell'Università del Surrey.

Il terzo giorno Francesco Billari, Università di Oxford, e Kathleen Kennedy Townsend, Vice Presidente della Conferenza, coordineranno la sessione sulla demografia e le conseguenze economiche dell'invecchiamento, con Sergio Pecorelli (Brescia, Presidente AIFA), James W. Vaupel (Istituto Max Plank), Ronald D. Lee (Università della California) e Carlo Ambrogio Favero (Università Bocconi).

